

**Katharina Eckert, Martin Lange & Gerhard Huber**

## Effekte einer Bewegungsintervention auf die Lebensqualität und das Aktivitätsverhalten multimorbider Patienten im Rahmen eines Disease Management Programms

### Summary

Up to now exercise interventions (EI) don't belong to the standard treatments in disease management programs (DMP), although the evidence of physical activity as a main treatment in preventive and rehabilitative settings is sufficiently proven (Capewell et al., 2010). For this reason the study deals with the effects of a structured, evidence based and behavior oriented EI ("Deltaprinzip"; Huber, 2009) on health of obese patients within a DMP diabetes and coronary heart disease. The results show positive effects in quality of life as well as in activity levels and should be therefore recommended as a basic element in DMP.

### Zusammenfassung

Bewegungsinterventionen (BI) zählen bislang nicht zur Regelversorgung in den Disease Management Programmen (DMP), obwohl die Evidenz körperlicher Aktivität als bedeutende Therapieform in Prävention und Rehabilitation belegt ist (Capewell et al., 2010). Die Untersuchung beschäftigt sich mit den Effekten einer strukturierten, evidenzbasierten und verhaltensorientierten BI („Deltaprinzip“; Huber, 2009) auf die Gesundheit übergewichtiger Patienten im Rahmen der DMP Diabetes und Koronare Herzkrankheiten. Die Ergebnisse zeigen positive Effekte im Bereich der Lebensqualität sowie dem Aktivitätsverhalten und unterstreichen den Einsatz von BI als festen Bestandteil von DMP.

**Schlagworte:** Bewegungsprogramm, Disease Management, Multimorbidität, gesundheitsbezogene Lebensqualität